在宅治療食のパイオニア since1997

健康宅配

冷蔵 おかずセット

頑張り過ぎるあなたへ

笑顔でいられる お手伝いを させてください。

笑顔は毎日の健康から
健康は毎日のお食事から
健康に気を使ったお食事を
日々続けることは
大変なことです
毎日の健康的なお食事を
お届けします

【このような方にご利用いただいています】

- 医師に食事制限を奨められている方
- たんぱく質摂取に制限がある方
- 日頃の塩分が気になる方
- 栄養バランスが心配な方
- 食事を作る時間がない方
- ダイエットをしたい方

糖尿病、高血圧、ダイエットをしている方など、健康的な食生活を心がけたい方におすすめのお食事セットです。

冷蔵 塩分カロリー調整食 すこやか膳

1食あたり エネルギー 約250kcal／塩分相当量 約2g

おかず 2食セット 1,400円（税込1,512円）
おかず 3食セット 2,100円（税込2,268円） 1食あたり 700円

たんぱく質調整が必要な方向けのお食事です。
エネルギー・塩分・カリウム・リンも調整してあります。

冷蔵 たんぱく調整食 やすらぎ膳

1食あたり エネルギー 約250kcal／たんぱく質 約12g／塩分相当量 約2g

おかず 2食セット 1,500円（税込1,620円）
おかず 3食セット 2,250円（税込2,430円） 1食あたり 750円

送料無料

●オプションで ごはん（+100円 税抜）、たんぱく調整ご飯（+200円 税抜）もございます。

冷蔵おかずリニューアル記念キャンペーン

お電話で“チラシを見た”とお伝え頂くと

5日分以上ご注文の方 5日分のお食事の金額が **20%オフ 実質1日分無料**

期間限定：2017年7月10日～8月25日受注分まで

●5日分は連続していなくても大丈夫です。　●お一人様1回限りです。他サービスとの併用はできません。
●5日分以上ご注文頂いた場合でも割引対象は5日分のみになります。〈例〉7日分 = 5日分（割引価格）+ 2日分（通常価格）

すこやか膳 おかず2食セット ×5日分（合計10食）
通常価格 ~~7,560円~~ ▶ 6,048円 税込・送料手数料無料 **1,512円お得**

すこやか膳 おかず3食セット ×5日分（合計15食）
通常価格 ~~11,340円~~ ▶ 9,072円 税込・送料手数料無料 **2,268円お得**

やすらぎ膳 おかず3食セット＋たんぱく調整ご飯180g 3膳セット ×5日分（合計15食）
通常価格 ~~15,390円~~ ▶ 12,312円 税込・送料手数料無料 **3,078円お得**

MUSASHINO FOODS

ご注文・お問い合わせ：武蔵野フーズ 健康宅配本部

0120-016-113 受付時間 9:00～18:00（年中無休）

オンラインショップはこちらから
健康宅配 検索
http://www.kenko-webshop.jp/

消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品・嚥下困難食品）ではありません

7月の献立表（塩分カロリー調整食 すこやか膳・たんぱく調整食 やすらぎ膳）

お届け日		A	B	C
7月3日	月	あじフライ	牛肉の肉じゃが	チキンのローズマリー風味
4日	火	豚肉とキャベツの塩炒め	オムレツの彩りミートソース	赤魚のレモン醤油焼き
5日	水	さばのみそ漬け焼き	かれいの煮付け	豚肉のごまみそ炒め
6日	木	豚肉のピリ辛炒め	さわらの照り焼き	チキンカレー
7日	金	さばの味噌煮	玉子焼きと焼売三種	さけのしょうが焼き
8日	土	カレー風味チキン	さばの塩焼き	ハンバーグ和風おろしポン酢
9日	日	赤魚の粕漬け焼き	鶏肉の塩麹焼き	とんかつ
10日	月	えびカツ	さけの味噌漬け焼き	トマトソースハンバーグ
11日	火	鶏肉とやまいもの甘辛炒め	さわらのしょうが焼き	かじきマグロフライ
12日	水	えびフライとメンチカツ	目玉焼き風オムレツと照り焼きチキン	さけの柚子胡椒焼き
13日	木	コクうま麻婆豆腐	赤魚の照り焼き	たらのバジルオイル焼き
14日	金	ひれかつ	さけの塩焼きと玉子焼き	鶏肉の柚香焼き
15日	土	さわらの西京焼き	鶏肉のトマトソース	さばの七味焼き
16日	日	デミソースハンバーグ	さわらのレモン醤油焼き	鶏肉のバーベキュー風味
17日	月	さけの自家製タルタルソース	豚肉の甘辛炒め	ビーフカレー
18日	火	豚肉の生姜焼き	赤魚の七味焼き	チーズ入りハンバーグ
19日	水	野菜入りまぐろメンチ	豚肉のケチャップ炒め	さけのレモン醤油焼き
20日	木	さばの照り焼き	豆腐ハンバーグ和風おろしポン酢	鶏肉のから揚げ
21日	金	えびフライとハンバーグ	さけのみそ照り焼き	回鍋肉
22日	土	たらの西京焼き	玉子焼きと肉団子	豚肉の肉じゃが
23日	日	さわらの菜種焼き	筑前煮	サイコロステーキ風（牛成型肉使用）
24日	月	かじきのしょうが蒸し	チキンのローズマリー風味	あじフライ
25日	火	オムレツのかにクリームソース	豚肉とキャベツの塩炒め	赤魚のレモン醤油焼き
26日	水	照り焼きソースハンバーグ	さばのみそ漬け焼き	豚肉のごまみそ炒め
27日	木	さけの柚香焼き	豚肉のピリ辛炒め	さわらの照り焼き
28日	金	厚揚げと鶏肉のなめこみぞれあん	さばの味噌煮	玉子焼きと焼売三種
29日	土	牛肉の赤ワイン煮	カレー風味チキン	さばの塩焼き
30日	日	かれいの韓国風みそだれ	赤魚の粕漬け焼き	とんかつ
31日	月	酢豚	えびカツ	さけの味噌漬け焼き

※塩分カロリー調整食・たんぱく調整食ではメニューが異なる場合がございます。詳細はお問い合わせください。

ご注文から商品到着までの流れ

	4日前	3日前	2日前	1日前	当日	翌日
ご注文	●おかずはABCお好きな組み合わせでご注文ください。 ●特にご指定が無い場合は**3食セット**は**ABC**、**2食セット**は**AB**になります。 ●お届け日は連続していなくても大丈夫です。				お届け	消費期限
		18時				14時

8月の献立表（塩分カロリー調整食 すこやか膳・たんぱく調整食 やすらぎ膳）

お届け日		A	B	C
8月1日	火	かじきマグロフライ	鶏肉とやまいもの甘辛炒め	さわらのしょうが焼き
2日	水	チキン南蛮	さけの柚子胡椒焼き	えびフライとメンチカツ
3日	木	赤魚の照り焼き	たらのバジルオイル焼き	コクうま麻婆豆腐
4日	金	牛肉のすき煮	ひれかつ	さけの塩焼きと玉子焼き
5日	土	鶏肉のトマトソース	さわらの西京焼き	さばの七味焼き
6日	日	さわらのレモン醤油焼き	鶏肉のバーベキュー風味	デミソースハンバーグ
7日	月	豚肉の甘辛炒め	ビーフカレー	さけの自家製タルタルソース
8日	火	チキンカツのおろしあんかけ	豚肉の生姜焼き	チーズ入りハンバーグ
9日	水	さけのレモン醤油焼き	野菜入りまぐろメンチ	豚肉のケチャップ炒め
10日	木	彩り野菜と牛肉煮（塩だれ）	鶏肉のから揚げ	さばの照り焼き
11日	金	回鍋肉	えびフライとハンバーグ	さけのみそ照り焼き
12日	土	トマトチキンカレー	豚肉の肉じゃが	たらの西京焼き
13日	日	サイコロステーキ風（牛成型肉使用）	さわらの菜種焼き	筑前煮
14日	月	みそかつ	かじきのしょうが蒸し	チキンのローズマリー風味
15日	火	豚肉とキャベツの塩炒め	赤魚のレモン醤油焼き	オムレツのかにクリームソース
16日	水	さけのバジルトマトソース	照り焼きソースハンバーグ	さばのみそ漬け焼き
17日	木	さわらの照り焼き	豚肉のピリ辛炒め	さけの柚香焼き
18日	金	肉団子の甘酢あん	厚揚げと鶏肉のなめこみぞれあん	さばの味噌煮
19日	土	カレー風味チキン	さばの塩焼き	牛肉の赤ワイン煮
20日	日	とんかつ	赤魚の粕漬け焼き	かれいの韓国風みそだれ

※原材料の仕入れ状況により変更となる場合がございます。
※8/21以降のメニューについてはフリーダイヤルまでお問い合わせください。

期間限定 20%オフ キャンペーン実施中
詳しくは表面をご覧ください

お申し込み・お問い合わせはこちらから チラシを見た とお伝えください

通話料無料 0120-016-113 受付時間 9:00～18:00（年中無休）

FAX 048-470-1188 オンラインショップ http://www.kenko-webshop.jp/ 健康宅配 検索

商品一覧（他にも冷凍食ややわらか食もございます）

- □ 塩分カロリー調整食 すこやか膳【2食セット】
- □ 塩分カロリー調整食 すこやか膳【3食セット】
- □ 塩分カロリー調整食 すこやか膳 ＋ ごはん150g【2食セット】
- □ 塩分カロリー調整食 すこやか膳 ＋ ごはん150g【3食セット】
- □ たんぱく調整食 やすらぎ膳【2食セット】
- □ たんぱく調整食 やすらぎ膳【3食セット】
- □ たんぱく調整食 やすらぎ膳 ＋ ごはん170g【2食セット】
- □ たんぱく調整食 やすらぎ膳 ＋ ごはん170g【3食セット】
- □ たんぱく調整食 やすらぎ膳 ＋ たんぱく調整ご飯180g【2食セット】
- □ たんぱく調整食 やすらぎ膳 ＋ たんぱく調整ご飯180g【3食セット】

配送方法	自社配送*1	宅配便（冷蔵）
配送料	無料*2	
お支払い方法	事前集金	代金引換*3
	自動引落し（要事前登録）	
変更・キャンセル	お届け3日前の18時まで受付。以降は有料	

*1 日曜日および年末年始は、自社配送がお休みとなりますので、宅配便にてお届けします。（日曜日、年末年始に重ならない祝祭日は、自社配送が可能です。）
*2 提携運送会社の事情により変更する場合がございます。
*3 代金引換手数料は無料です。

株式会社 武蔵野フーズ 健康宅配本部 〒351-0033 埼玉県朝霞市浜崎3-17-9 武蔵野R&Dセンター3F